



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

Дебердеева Е.В.



УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель ИП Лисенков Н.Н.

Лисенков Н.Н.

Школа МБОУ СОШ с.Сосновка Отд./корп. № \_\_\_\_\_ день 07 сентября 2023

**Школьники 7-11 лет**

Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П.313	Запеканка из творога	150	52,28	425	24	25,2	23,9
		П.481	Молоко сгущенное	15	3,26	49,2	1,08	1,27	8,32
	гор.напиток хлеб	П.493	Чай с сахаром	200	2,07	60	0,1	0	15
		П.111	Батон нарезной	15	2,39	39,34	1,13	0,44	7,7
Завтрак 2	фрукты	П.112	нектарин	1шт	28,89	45	0,9	0,1	9,35
<b>Итого завтрак</b>					<b>88,89</b>				
Обед	закуска	П.4	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	8,17	169,32	1,89	16,77	3,32
	1 блюдо	П.128	Борщ с капустой и картофелем, сметаной	250/10	10,71	111	2,08	6,5	11
	2 блюдо	П.343	Рыба, тушеная в томате с овощами	140	35,01	143	13,3	7,2	6,3
	гарнир	П.429	Пюре картофельное	150	15,98	144,44	3,3	6,91	17,11
	напиток	П.518	Сок фруктовый	200	11,31	92	1	0,2	0,2
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	30	3,05	52,2	1,98	0,36	10,02
		П.108	Хлеб пшеничный	43	4,66	70,5	2,28	0,24	14,76
<b>Итого обед</b>					<b>88,89</b>				

**Школьники 11-18 лет**

Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П.313	Запеканка из творога	157	54,67	425	24	25,2	23,9
		П.481	Молоко сгущенное	15	3,26	49,2	1,08	1,27	8,32
	гор.напиток хлеб	П.493	Чай с сахаром	200	2,07	60	0,1	0	15
Завтрак 2	фрукты								
<b>Итого завтрак</b>					<b>60</b>				
Обед	закуска	П.4	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	8,17	169,32	1,89	16,77	3,32
	1 блюдо	П.128	Борщ с капустой и картофелем	250	8,53	95	1,83	5	10,65
	2 блюдо	П.343	Рыба, тушеная в томате с овощами	140	35,01	143	13,3	7,2	6,3
	гарнир	П.429	Пюре картофельное	180	19,17	165,6	3,8	7,9	19,6
	напиток	П.518	Сок фруктовый	200	11,31	92	1	0,2	0,2
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	30	2,81	52,2	1,98	0,36	10,02
<b>Итого обед</b>					<b>85</b>				

50,01	21		115	95,1	910,5				0	23,8	9,21	2,7	28,02	141,60	100,00
-------	----	--	-----	------	-------	--	--	--	---	------	------	-----	-------	--------	--------